



B.Violier • Coaching



1. Brigitte Violier, Portrait

2. Domaine d'activité

3. Service

4. Témoignage

5. Livre

6. Média

7. Contact

1. Brigitte Violier, Portrait



Les saisons ont toujours rythmé l'enfance de Brigitte Violier, façonnant sa personnalité et son amour pour la nature. Née dans la région ensoleillée du Languedoc-Roussillon, elle a passé ses étés à profiter de la chaleur des plages, se laissant bercer par le murmure des vagues et la douceur du sable sous ses pieds. Cette connexion profonde avec son environnement s'est renforcée au fil des années, et c'est avec les mêmes certitudes qu'elle s'est tournée vers les montagnes de Courchevel, où elle passait ses hivers à dévaler les pentes enneigées. Dans cette région alpine, en plein cœur des sommets majestueux, Brigitte s'établira, trouvant dans ces paysages grandioses une source d'aspiration et de sérénité.

Après avoir brillamment évolué dans le monde du luxe et du bien-être, Brigitte se révèle être une femme aussi rigoureuse que créative. En 2012, elle franchit une nouvelle étape décisive dans sa vie en prenant, aux côtés de son époux, Benoît Violier, chef de cuisine renommé et Meilleur Ouvrier de France (MOF), les rênes du célèbre restaurant 3 étoiles, de l'Hôtel de Ville de Crissier en Suisse. Sous leur direction, l'établissement a non seulement maintenu son niveau d'excellence mais a rayonné, affirmant sa place parmi les meilleures tables du monde.

En 2023, Brigitte Violier publie son premier ouvrage, « Benoît Violier, du cœur aux étoiles », un livre intime et authentique qui rend hommage à l'homme avec lequel elle a partagé sa vie et son exceptionnelle ascension. Ce témoignage vibrant d'amour, de dévouement et de passion a marqué leur parcours commun. Au fil des pages, Brigitte raconte comment Benoît, un chef dont le succès, fruit d'un travail acharné, c'est placé au sommet de la gastronomie. Ce récit met en lumière la détermination de Brigitte, qui, après cette perte, a su construire un avenir qui lui ressemble, avec courage et dignité.

Aujourd'hui, à travers B.Violier Coaching, elle partage ses enseignements et les mises à profit tirés de son propre cheminement. Elle accompagne les femmes dans leur transition de vie personnelle/ professionnelle après «une fracture» de la vie. Soutient les entrepreneures à acquérir une santé mentale équilibrée dans un milieu professionnel et personnel toujours plus exigeant.« Je suis convaincue que chacune de nous détient en elle, les ressources nécessaires pour accéder à une vie en accord avec son essence profonde ».

2. Domaine d'activité



Coaching & Mentorat

Mes accompagnements ont pour objectif de vous emmener vers une expansion personnelle et professionnelle. Ils donnent suite à plusieurs années d'introspection, d'apprentissages auprès de professionnels de l'accompagnement. A travers B.Violier Coaching, je partage les enseignements, les méthodes et les mises à profit tirés de mon propre parcours. Pour ELLES, les femmes. Pour EUX, les entrepreneurs.



Business Development

Vous souhaitez développer la marche de vos affaires, ouvrir un nouveau marché ou simplement vous établir ? B. Violier vous accompagne dans vos premiers pas.



Administratrice de société

Dans son domaine de compétence B. Violier contribue à la veille de la bonne gestion de l'entreprise. Quand requis elle représente les intérêts de la société auprès de tiers.



Relations Publiques

Vous désirez rafraîchir votre image de marque, vous souhaitez revoir votre approche clientèle ? B. Violier met son expertise à disposition pour dynamiser l'accueil et promouvoir vos relations clients.

3. Service

B.Violier Coaching : Redonner du sens et retrouver l'excellence

Après un parcours riche dans l'univers du luxe, du bien-être, et de la haute gastronomie trois étoiles, la vie m'a confrontée à une épreuve bouleversante : le décès soudain de mon mari, chef triplement étoilé. Cette épreuve a été le catalyseur d'une transformation profonde, m'incitant à réévaluer mon existence et à lui donner un nouveau cap.

En 2024, après plusieurs années d'introspection et d'un apprentissage enrichissant aux côtés de professionnels de l'accompagnement, je suis fière de lancer B.Violier Coaching.

B.Violier Coaching, c'est transformer les défis en opportunités et de redéfinir l'excellence dans votre vie. Ensemble, faisons de chaque pas une avancée vers un avenir plus lumineux et aligné.

Pour ELLES : Accompagnement des Femmes Actives en transition professionnelle

J'accompagne les femmes actives, en transition professionnelle. Celles qui font le choix de repenser leurs activités et s'accorder une nouvelle expansion. Être SOI !

Ensemble, faisons de vos ambitions une réalité :

Aligner vos aspirations avec vos objectifs de vie personnels et professionnels.

Mettre du sens dans votre quotidien, affirmer sa valeur personnelle, renforcer son estime de soi.

Prendre la place qui vous revient dans tous vos projets.

Résultats attendus :

Devenir une femme active qui assume pleinement ses choix de vie.

Agir pour tenir vos engagements envers vous-même et avancer.

Se libérer du poids des épreuves passées et ne plus rester dans l'ombre. Atteindre l'autonomie financière.

Pour EUX : Accompagnement des Entrepreneur.e.s

Entrepreneur.e.s, votre réussite commence par une santé mentale équilibrée. Dans un milieu exigeant, préserver son bien-être mental est essentiel pour rester performant et créatif. Forte de mon expérience, je vous invite à découvrir des pratiques concrètes pour cultiver une résilience solide et un équilibre durable au quotidien.

Mes services en entreprise visent à :

Rompre la solitude du leader ou de l'entrepreneur.e.
Affronter les doutes et les questionnements pour éviter l'auto-sabotage.

Développer son leaderships en préservant sa santé mentale.
Optimiser votre temps de travail tout en respectant un équilibre entre vie professionnelle et privée.

Un esprit sain est la clé d'une réussite durable:

- One to one,
- Pack 5 séances
- Pack 11 séances

Au choix

- Mes séances sont personnalisées afin de répondre à vos besoins.
- N'hésitez pas à me contacter, si vous voulez en savoir plus et échanger.

4. Témoignage



Jorge Canēte Architecte d'intérieur

« Mon métier ? C'est d'enchanter les lieux de vie des personnes. »

INTERIOR DESIGN PHILOSOPHY se distingue par une signature poétique et narrative qui, comme sur une page blanche, écrira l'histoire personnelle du client.

Jorge Canēte, architecte d'intérieur, à la fois créatif et rigoureux, sait conjuguer son travail en solo avec l'efficacité du travail en équipe. Convaincu que la réussite collective est plus grande que celle individuelle, il valorise la cohésion au sein de son équipe et mobilise l'intelligence collective pour donner vie à des projets ambitieux et harmonieux. Toujours en quête d'excellence, il s'entoure de collaborateurs qui partagent sa vision, son esprit d'initiative et son désir constant d'atteindre des objectifs communs.

Grâce à son sens de l'écoute et à sa capacité à fédérer les talents autour d'une même vision, Jorge inspire confiance et respect dans son milieu professionnel. Il sait que la clé de la réussite passe par des échanges fructueux. Sa capacité à collaborer, à innover et à relever des défis complexes lui a permis de développer une notoriété solide, se faisant naturellement recommander par ses clients et partenaires.



Benny Tâche

Photographe et Directeur créatif

Photographe qui sublime tout en révélant la singularité, Homme à la quête perdue du sens absolu, Entrepreneur créatif et poétique.

Le métier de photographe va bien au-delà de la simple capture d'images. Chaque photographe insuffle sa personnalité et sa vision unique à son travail, ce qui en fait un véritable créateur. Cependant, son rapport à l'image ne se limite pas à l'aspect artistique. Il sait jongler avec plusieurs casquettes : prestataire de services, expert en marketing, et toujours en quête de nouveaux clients.

Pour réussir dans ce domaine, il est essentiel de distinguer clairement les tâches à accomplir tout en évitant la dispersion. Une bonne gestion du temps et une organisation rigoureuse permettent de rester efficace. De plus, une communication cohérente, alignée sur sa vision professionnelle, est primordiale pour attirer les bons projets. Enfin, être un excellent négociateur de contrats s'avère indispensable pour valoriser son travail à sa juste valeur. Le photographe est donc à la fois un artiste et un entrepreneur avisé.



Emmanuelle Grau-Bretin

Designer olfactif

La nature se réveille et nous éveille à sa re-nais-sance. Nos sens sont en alerte, partons ensemble à la découverte d'un nouveau souffle. Les inspirations sensorielles d'Emmanuelle, designer olfactif et styliste.

Elle incarne parfaitement la réussite d'une transition entre la vie professionnelle et personnelle.

Après un burn-out dans le milieu médical, elle prend la décision courageuse de s'éloigner pour se reconstruire. Durant de longs mois de réflexion, elle redécouvre progressivement ce qui fait vraiment sens pour elle. C'est alors que son amour pour la mode et l'art sensoriel des parfums prend toute sa place, devenant une véritable passion qu'elle partage désormais avec ses clientes.

Oser franchir le pas, c'est ce qu'elle a fait. En se connectant à elle-même et en alignant sa vie professionnelle avec sa véritable identité, elle a su transformer un moment difficile en une opportunité de renouveau. Trouver sa voie n'a pas seulement été un défi personnel, mais aussi une source d'inspiration pour toutes celles et ceux qui rêvent de s'épanouir dans un domaine qui les fait vibrer.

Aujourd'hui, elle inspire par son parcours, montrant qu'il est possible de se réinventer, de se réaligner avec ses aspirations profondes, et de faire de ses passions une carrière épanouissante. Ikigaï, humain design, alignement personnel, être soi enfin, se réaliser pleinement.



Susan Oubari

Fondatrice de Breathe in Paris

Prenez quelques secondes pour observer votre respiration. Ce souffle qui entre et ressort par le nez en parcourant votre corps, chacune de vos cellules. Comment vous sentez-vous aujourd'hui ? Heureux, stressé, équilibré ?

Après une carrière dans la mode, une Américaine s'installe à Paris et découvre le Breathwork, une méthode de respiration guidée. Elle lance « Breathe in Paris » et devient une figure clé dans les spas et centres sportifs.

Auteure, conférencière et entrepreneuse, elle combine Breathwork, Reiki et Mindfulness pour offrir des séances de guérison et bien-être. Reconnue dans des médias prestigieux, elle co-écrit Breathwork, Respirez pour Changer et est une pionnière de cette pratique en France.

Coach Susan dans la définition de ses objectifs de vie, c'est se plonger dans une quête passionnante de sens et d'épanouissement. Créer un équilibre entre sa vie personnelle et professionnelle, poser des actions concrètes pour respecter ses engagements tout en cultivant la joie, structurer son activité et son développement à court et long terme, tout en créant une communication authentique et percutante, serait un défi exaltant. L'émanciper pour qu'elle se sente pleinement confiante, libre et indépendante serait au cœur de ce coaching, lui offrant les outils pour se réinventer tout en restant alignée avec ses aspirations profondes.



Pierre Crepaud

Chef Cuisinier

Au cœur de l'alpage de Prarion/Balavaud, le Mayen 1842 a été pensé pour un séjour sous le signe de la détente. L'ancienne grange rénovée accueille trois chambres dont la décoration chaleureuse a été inspirée par les sommets avoisinants. Dans ce cocon authentique situé à 1800m d'altitude, la montagne s'offre à nous, le temps d'une pause.

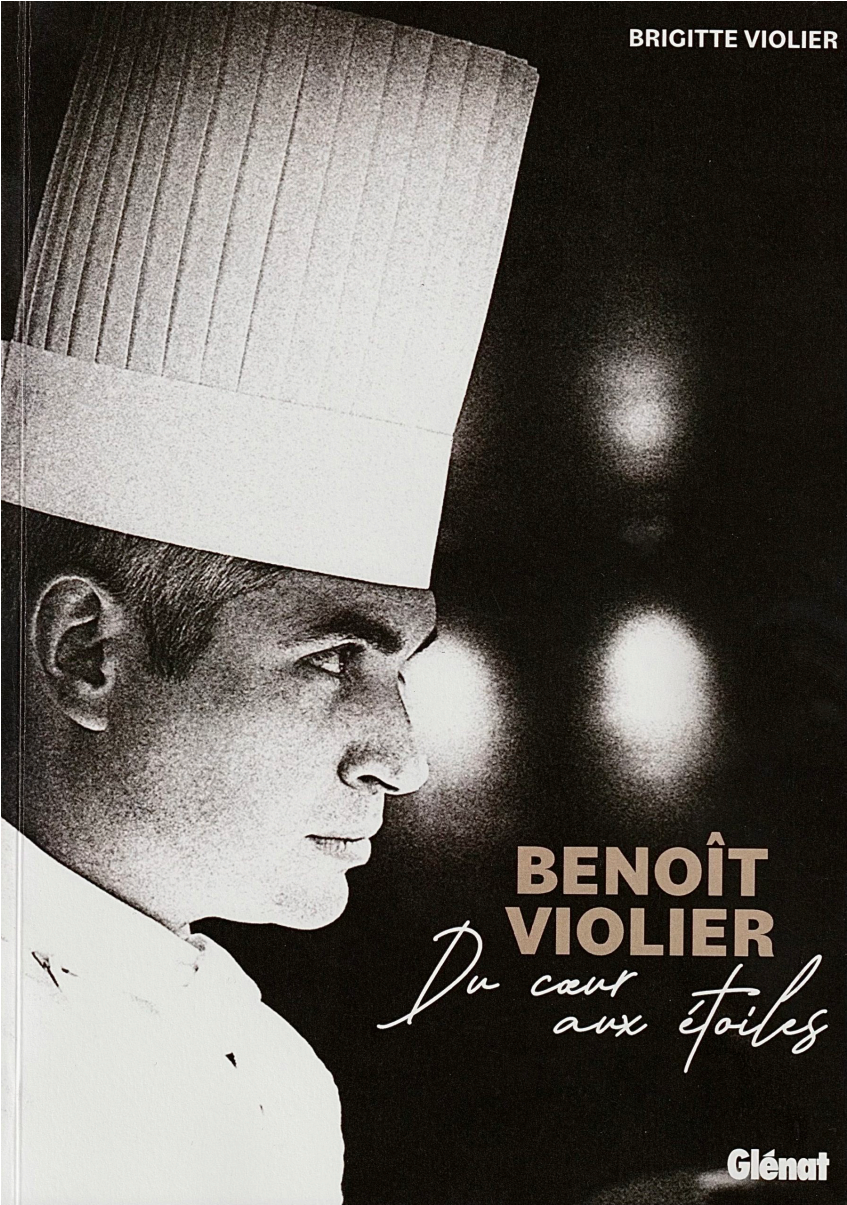
Rien de tel pour se ressourcer qu'un retour aux plaisirs simples de la vie. Imaginez-vous marcher là-haut, sur les crêtes, pour admirer le lever du soleil. Un pique-nique improvisé où l'on cueille des myrtilles sauvages, s'en régaland ensuite tout en méditant au milieu des fleurs. Chaque instant est une communion avec la nature, où l'on écoute et observe la montagne au rythme de la journée qui passe.

En cette saison, la nature nous accueille, parée de ses couleurs automnales. Comme le poète Ezra Pound l'a si bien chuchoté : « Ne bouge pas, le paradis est là. » Ces moments de bien-être pour l'esprit trouvent leur écho dans la gastronomie, avec les délicieuses cocottes du Green-Chef, à commander pour une expérience culinaire qui nourrit aussi bien le corps que l'âme.

Cette aventure est un trésor à partager, que ce soit entre amis, en famille, à deux, ou même en solo.

Belle découverte à toutes et à tous !

5. Livre



Benoît Violier, Du cœur aux étoiles

Format : 17 x 24 cm

Nombre de pages : 176

Editeur : Glénat

Prix : CHF 44.-

Dans cet ouvrage, Brigitte Violier retrace le parcours de son mari, un chef cuisinier d'exception, qui a marqué le monde de la gastronomie par son talent, sa passion et son engagement envers l'excellence culinaire.

Le livre est à la fois un hommage à Benoît Violier et une plongée intime dans sa vie personnelle et professionnelle. Brigitte raconte leur rencontre, leur vie ensemble, et comment ils ont bâti une carrière autour de la cuisine, notamment à travers le Restaurant de l'Hôtel de Ville à Crissier, en Suisse, qui a reçu trois étoiles au Guide Michelin sous la direction de Benoît. Elle aborde également les défis auxquels ils ont fait face, les moments de joie et de difficulté, ainsi que la pression intense qui accompagne le succès dans le milieu gastronomique.

Le récit est empreint de sincérité et d'émotion, offrant une perspective unique sur la vie d'un grand chef tout en soulignant l'importance des liens familiaux et de l'amour dans la poursuite des rêves. Brigitte évoque aussi le tragique décès de Benoît en 2016, un événement qui a profondément marqué le monde de la gastronomie et ceux qui le connaissaient personnellement.

6. Média



Articles

RTS

<https://www.rts.ch/play/tv/12h45/video/entretien-avec-le-crivaine-brigitte-violier-qui-signe-benot-violier-du-coeur-aux-etoiles?urn=urn:rts:video:14279349>

M le media

<https://www.mlemedia.ch/videos/hommage-a-benoit-violier-le-recit-emouvant-de-brigitte-444>

LFM

<https://www.lfm.ch/podcasts/le-6-9-lfm-linvite%C2%B7e-du-6-9-06-09-2023-0818-082942/>

L'illustré

<https://www.lfm.ch/podcasts/le-6-9-lfm-linvite%C2%B7e-du-6-9-06-09-2023-0818-082942/>

Femina

<https://www.femina.ch/societe/actu-societe/brigitte-violier-se-raconte-dans-un-livre>

Gault et Millau

<https://www.gaultmillau.ch/fr/les-news/brigitte-violier-raconte-benoit-et-leur-amour-634658>

Réseaux sociaux

Linkedin

<https://ch.linkedin.com/in/brigitte-violier>

Instagram

https://www.instagram.com/brigitte.violier/?_d=1

Facebook

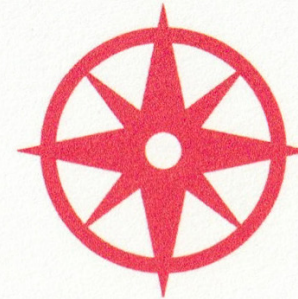
<https://www.facebook.com/brigitteviolierofficiel>

7. Contact

Brigitte Violier

Entrepreneure
Coach & Mentorat

brigitte@bviolier.ch | +41 79 738 47 05
www.bviolier.ch



B.Violier coaching